

Wenn alles knapp wird...

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Berner Woche**

Band (Jahr): **32 (1942)**

Heft 47

PDF erstellt am: **21.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-649382>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

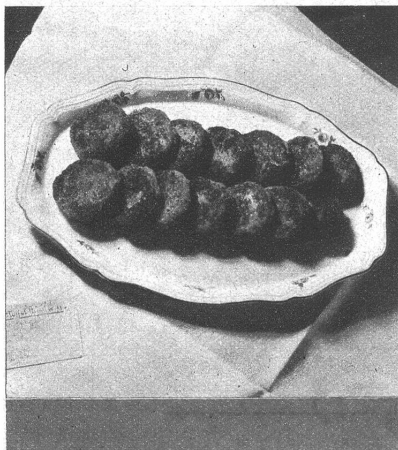
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

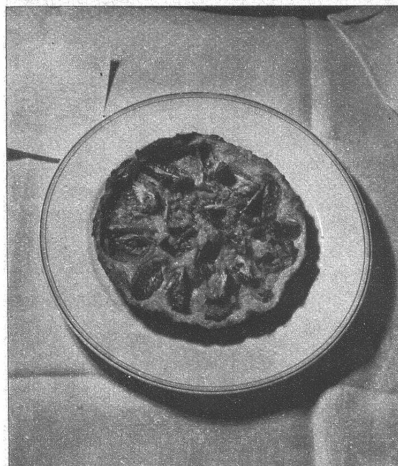
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Wenn alles knapp wird...

Die Zusammenstellung des Speisezettels verursacht den Hausfrauen heute viel Kopferbrechen, denn es ist nicht leicht, mit den vielen rationierten Lebensmitteln stets nahrhaft und gesund zu kochen und vor allem auch etwas Abwechslung in die Speisenfolge zu bringen. Früher, ja, da war es einfach, es hiess einfach: man nimmt. Heute ist das Nehmen zum Problem angewachsen, und es braucht viel Geist und Erfindungsgabe, stets wieder neue Möglichkeiten zu finden. Viel Liebe gehörte von jeher zum Kochen und wenn eine Speise recht appetitlich und nett aufgetragen wird, so empfindet man den Mangel der Abwechslung weniger. Also seien wir erfinderisch!



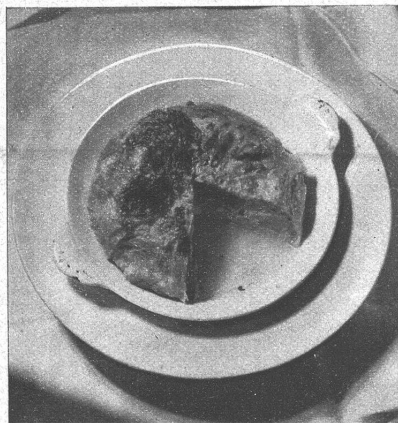
Kartoffelküchlein. 500 g gekochte Kartoffeln werden geschält und gerieben, mit 1 Löffel Soya-mehl, einer Prise Salz und wenig Sellerie vermischt. Hierauf formt man runde Küchlein, wendet sie im Paniermehl und backt sie mit Oel.



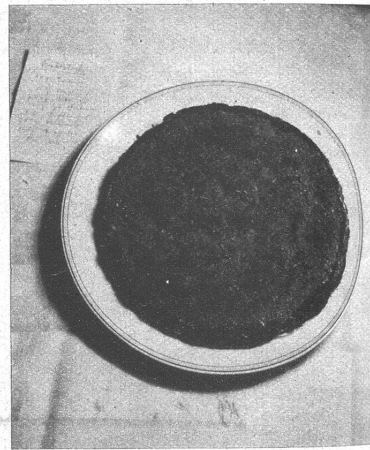
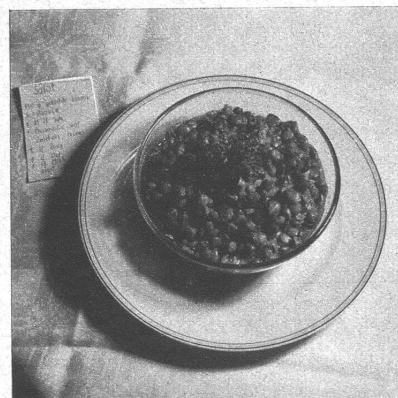
Tomatenkuchen ohne Fett und Mehl. 250 g gekochte, geschälte und geriebene Kartoffeln werden mit wenig Salz und etwas Wasser gut vermischt. Hierauf wird eine Kuchenform mit dem Teig ausgelegt, mit Tomaten und wenig gehackten Zwiebeln belegt und im Ofen gebacken.

Kabis gefüllt mit Kartoffeln (Bild unten). 1 kleiner Kabis wird gewaschen, in einzelne Blätter zertrennt und kurz abgebrüht.

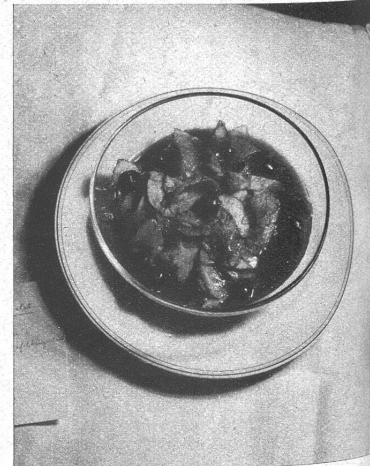
Füllung: 500 g Kartoffeln werden geschält und gerieben, 200 g Zwiebeln, Kräuter und Grünes wird kurz gedämpft und den Kartoffeln beigefügt, dazu kommen 2 Löffel geriebener Käse, Salz und 1 dl Milch. Nun wird der Kabis rekonstruiert, indem man immer zwischen die Blätter Füllung gibt und dann das Ganze im Ofen gebacken.



Linsensalat (Bild unten). 150 g gekochte Linsen werden mit folgender Salatsauce vermischt: 1 kleiner Löffel Salz, 1 Messerspitze Senf, Zwiebel, Grünes, 2 Löffel Essig, 1 Löffel Oel und 1 Löffel Milch.



Rüblitorte. 30 g Trockenei, 6 Löffel Wasser, 250 g Rübli, 50 g Haselnüsse, 2 dl Apfelkonzentrat, 100 g Paniermehl, 1 Löffel Backpulver und eine Prise Salz werden gut miteinander vermischt und in mässiger Hitze gebacken.



Fruchtsalat ohne Zucker. 2 Äpfel und 2 Birnen schälen und in kleine Stücke schneiden, $\frac{1}{2}$ dl Apfelkonzentrat beifügen.

(Die Rezepte wurden uns in liebenswürdiger Weise zur Verfügung gestellt von der Haushaltungsschule Bern, Fischerweg 3.)

(Photos E. Thierstein)